Nr. 4, 14. årgang, april 2011 Pris 25 kr.

NYT FRA HARE KRISHNA

DEN VEDISKE VERSION

DEPRIMERET - HVAD GØR JEG?

BHAKTI VRIKSA GRUPPER

Nyhedsblad for ISKCON i Danmark
Grundlægger-acarya Hans Guddommelige Nåde A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada

Nyt fra Hare Krishna som B-post

Af Lalitanatha Dasa

Det er ifølge kalenderen blevet forår, og så må det jo være tid til at hive rickshawen ud af stalden og cykle ud på gaden med Krishnas hellige navn. Det er i hvert fald, hvad *brahma-carierne* fra templet i København har konkluderet (se forsidebilledet). Rickshawen er i øvrigt en nyanskaffelse. Templets hengivne håber at få megen fornøjelse af den som templets officielle køretøj i tiden fremover.

Måske modtager du dette blad til tiden eller endog en dag før tiden. Til gengæld er det sidste gang, vi kan love det. Den 1. april 2011 ikrafttræder en ny postlov, der indebærer, at taksten for A-post stiger så meget, at vi fremover udsender bladet som B-post. B-post betyder, at postvæsenet ikke garanterer, at et brev er fremme den næste dag, men at der kan gå 3-4 dage fra, at et brev bliver lagt i postkassen, til det er fremme. Vi vil i stedet fremover tilstræbe at have bladet klart og udsende det nogle dage tidligere, end det hidtil har været tilfældet, så det i det store hele stadig skulle kunne være fremme til den første i måneden.

Som kort nævnt i sidste nummer vil vi i tiden fremover gerne skrive mere om *nama-hatta* og *bhakti-vriksa,* dvs. Krishna-bevidste programmer og aktiviteter i de små hjem ude blandt os alle sammen. Mange af os mener, at nøglen til fremtiden netop ligger i *bhakti-vriksa*, dvs. et system af små grupper af hengivne, der mødes fast til Krishna-bevidste møder og aktiviteter, og samtidigt er knyttet sammen i et større organisatorisk netværk, der kan støtte grupper såvel som individuelle hengivne. Det var bl.a. sådan, Bhaktivinoda Thakura gjorde det i slutningen af 1800-tallet i Bengalen. I den sammenhæng bringer vi den første i en række artikler af *bhakti-vriksa*-eksperterne Vijay Venugopal Dasa og Prema-padmini Devi Dasi. Denne gang skal vi høre om, hvordan man kan starte fra bunden af med at tiltrække interesserede til et Krishna-bevidst hjemmeprogram. Det foregår på side 18.

Uden at gå i detaljer med resten af bladets indhold, der næsten giver sig selv, skal det lige nævnes, at i Vedisk oldtidshistorie skriver vi på side 17 denne gang om svastika, hagekorset. Dette er selvfølgelig på ingen måde udtryk for nogen politisk tilkendegivelse, som svastika er blevet det i nyere tid. Vi interesserer os kun for det påfaldende i, at man støder på dette symbol over hele verden i oldtidskulturer, der ikke skulle have haft noget med hinanden at gøre. Vi stiller altså spørgsmålet, om det virkeligt kan være tilfældigt, at et så specifikt symbol skulle være opstået uafhængigt så mange steder på jorden samtidigt. Ld. ॐ

I dette nummer

Redaktionelt	**2**
Srila Prabhupadas side	**3**
Gør din arbejdsplads til den åndelige verden	**6**
Depression	**10**
Den vediske version	**12**
Om forsoning, Gandhi og Bhagavad-gita	**14**
Svastika	**17**
Bhakti-vriksa	**18**
Ordliste	**20**
Børneside	**21**
Indiske salater	**22**
Gaura Nitais ønskeliste for april måned	**23**

'*Nyt fra Hare Krishna*' udgives af Det Internationale Samfund for Krsnabevidsthed (ISKCON) i Danmark, grundlægger-*acarya* A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada.

© Copyright 2011, alle rettigheder forbeholdes.

ISSN 1600-0153

Redaktion:

Lalitanatha Dasa/Leif Asmark Jensen (ansvarshavende) lalitanatha@krishna.dk

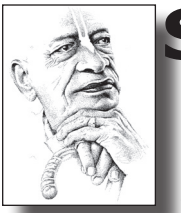
Dandaniti Devi Dasi/Dorte Skou Jensen dandaniti@krishna.dk

Layout: Ananta Sri Dasa/Anders Grønlund mail@ananta.dk

Adresse: Holsteinborgvej 20, 1th, 2720 Vanløse Tlf.: 59271930

Girokonto 1-688-3204. Bankkonto: Den Danske Bank reg. 1551, konto 3534 125 119

Alle indlæg, kommentarer, spørgsmål osv. er velkomne. Kontakt redaktionen for næste deadline.



Srila Prabhupadas side

Perfekte spørgsmål, perfekte svar, 2

Her fortsætter oversættelsen af Perfect Questions, Perfect Answers, en lille bog fra midten af 1970'erne, hvor Srila Prabhupada udspørges om Krishna-bevidsthed af en aspirerende hengiven, Bob Cohen.

Bob: Kan jeg ikke være lærer uden at have fuldkommen viden? Kan jeg for eksempel…

Srila Prabhupada: Du kan undervise op til det punkt, du forstår.

Bob: Men jeg bør ikke undervise i mere end det, jeg ved.

Srila Prabhupada: Nej, det er bedrag.

Syamasundara: Med andre ord kan man ikke undervise i sandheden, hvis man kun har delvis viden.

Srila Prabhupada: Nej, det er ikke menneskeligt muligt. Hvordan skulle et menneske kunne undervise i fuldkommen viden, når det har ufuldkomne sanser? Et eksempel er solen, som vi ser som en skive. Vi kan ikke komme tættere på solen, og hvis vi studerer solen igennem et teleskop eller noget i den stil, er det også lavet af os. Hvordan kan vores instrument være fuldkomment, når vi selv er ufuldkomne? Derfor er vores viden om solen ufuldkommen. Så undervis ikke om solen, hvis du ikke har fuldkommen viden. Ellers er det bedrag.

Bob: Men kan jeg sige i undervisningen, at man mener, at solen er 150.000.000 kilometer væk?

Srila Prabhupada: Så snart du siger, "Man mener," er det ikke videnskabeligt.

Bob: Men så vil jeg mene, at næsten al videnskab ikke er videnskabelig.

Srila Prabhupada: Det er pointen!

Bob: Al videnskab bygger på antagelser omkring et eller andet.

Srila Prabhupada: Ja, deres undervisning er ufuldkommen. Ligesom de siger så meget om månen. Tror du, at deres viden er fuldkommen?

Bob: Nej.

Srila Prabhupada: Så?

Bob: Hvad er lærerens sande pligt i samfundet? Lad os sige en lærer, der underviser i naturvidenskab. Hvad skal han gøre i undervisningstimen?

Srila Prabhupada: Han bør slet og ret undervise om Krishna.

Bob: Han skal ikke undervise i…

Srila Prabhupada: Det vil omfatte alt. Han mål bør være at forstå Krishna.

Bob: Kan en videnskabsmand undervise i, hvordan man forbinder syrer og baser, og med den form for videnskab have Krishna som mål?

Srila Prabhupada: Hvordan skulle han have det?

Bob: Hvis man finder nogle generelle tendenser i naturen, når man studerer videnskab, og disse peger på en styrende magt…

Srila Prabhupada: Det forklarede jeg den anden dag. Jeg spurgte en kemiker, hvorvidt brint og ilt ifølge de kemiske formler bliver til vand, når de kombineres. Det gør de, ikke sandt?

Bob: Jo.

Srila Prabhupada: Så nu består Atlanterhavet og Stillehavet af enorme vandmængder. Hvor store mængder kemikalier er der tale om?

Bob: Hvor meget…?

Srila Prabhupada: Ja, hvor mange tons?

Bob: Mange!

Srila Prabhupada: Så hvem har givet dem?

Bob: De kommer fra Gud.

Srila Prabhupada: En eller anden må have givet dem.

Bob: Ja.

Srila Prabhupada: Det er videnskab. Sådan kan du undervise.

Bob: Skal man bruge tid på at fortælle, at hvis man kombinerer syre og base, danner de en neutral forbindelse?

Srila Prabhupada: Det samme om igen.

Der er så mange effekter, men hvem er årsag til dem? Hvem giver syren og basen? [Der er en lang pause.]

Bob: Så de kommer fra det samme sted som vandet?

Srila Prabhupada: Ja. Man kan ikke lave vand, hvis man ikke har brint og ilt. Så her er et enormt hav, og vi taler ikke blot om Atlanterhavet eller Stillehavet, men om millioner af planeter med millioner af atlanterhave og stillehave. Hvem har skabt alt dette vand ud af brint og ilt, og hvordan er det kommet her? Det er vores spørgsmål. En eller anden må have givet det. Hvordan skulle det ellers være blevet til?

Bob: Men bør man ikke også fortælle, hvordan man laver vand med brint og ilt? Bør man ikke også undervise i hele proceduren, hvordan man brænder brint og ilt sammen?

Srila Prabhupada: Det er sekundært. Det er ikke særligt svært. Ligesom Malati har lavet denne *puri* [en slags brød]. Der er mel, og der er ghee [renset smør], og hun har lavet en *puri*. Men hvordan skulle man kunne lave en *puri*, hvis der ingen ghee og mel er? I *Bhagavad-gita* står der: "Vand, jord, luft, ild – de er Mine energier." Hvad er din krop? Den er din energi. Forstår du det? Din krop er lavet ud af din energi. For eksempel spiser jeg og skaber noget energi, og derved opretholdes min krop.

Bob: Det kan jeg godt se.

Srila Prabhupada: Derfor er din krop lavet ud af din energi.

Bob: Men når man spiser maden, er der energi fra solen i maden.

Srila Prabhupada: Det er bare et eksempel, jeg giver. Jeg skaber energi ved at fordøje maden, og den energi opretholder kroppen. Hvis energiforsyningen ikke er i orden, bliver ens krop svag eller usund. Din krop er lavet ud af din egen energi. På samme måde er denne gigantiske kosmiske krop – universet – lavet ud af Krishnas energi. Hvordan kan du bestride det? Ligesom din krop er lavet ud af din energi, må den universelle krop være lavet ud af en eller andens energi. Det er Krishna [Der er en lang pause.]

Bob: Den skal jeg tænke over for at kunne følge.

Srila Prabhupada: Hvad er der at følge? Det er en kendsgerning [han ler]. Dit hår vokser hver dag. Hvorfor? Fordi du har energi.

Bob: Energien får jeg fra min mad.

Srila Prabhupada: På en eller anden måde har du energi, og dit hår vokser ud af den energi. Ligesom din krop er lavet af din energi, er hele den kosmiske manifestation lavet af Guds energi. Sådan er det bare. Det er ikke din energi.

Bob: Nej, det er klart.

En hengiven: Er planeterne i universet ikke solens energi eller et produkt af solens energi?

Srila Prabhupada: Jo, men hvem har lavet solen? Den er Krishnas energi. Solen er varme, og Krishna bemærker: *bhumir apo 'nalo vayuh*: "Varme er Min energi." [*Bg*. 7.4] Solen repræsenterer Krishnas varmeenergi. Det er ikke din energi. Du kan ikke hævde, at du har lavet solen. Men en eller anden må have lavet den, og Krishna siger, at Han gjorde det. Så vi tror på Krishna. Derfor er vi Krishna-itter.

Bob: Krishna-itter?

Srila Prabhupada: Ja, vores viden er fuldkommen. Hvis jeg siger, at varme er Krishnas energi, kan du ikke bestride det, for det er ikke din energi. I din krop er der en vis mængde varme. På samme måde er varme en eller andens energi. Og hvem er den person? Det er Krishna. Krishna siger: "Ja, det er min energi." Så min viden er perfekt. Fordi jeg accepterer det, som den største videnskabsmand siger, er jeg den største videnskabsmand. Personligt er jeg nok et fjols, men fordi jeg tager viden fra den største videnskabsmand, er jeg den største videnskabsmand. Det har jeg let ved at være.

Bob: Undskyld mig?

Srila Prabhupada: Det er let for mig at være den største videnskabsmand, for jeg får viden fra den største videnskabsmand. [Der er en lang pause.] "Denne jord, vand, ild, luft, æter, sind, intelligens og ego – de er Mine otte adskilte energier."

Bob: Adskilte energier?

Srila Prabhupada: Ja, ligesom denne mælk. Hvad er mælk for noget? Det er koens adskilte

energi. [Syamasundara og Bob ler, fordi de pludseligt forstår.] En den ikke? Den er manifestationen af koens adskilte energi.

Syamasundara: Er den som et biprodukt?

Srila Prabhupada: Ja.

Bob: Så hvad vil det sige, at denne energi er adskilt fra Krishna?

Srila Prabhupada: "Adskilt" betyder, at den er lavet ud af koens krop, men den er ikke koen. Det er adskillelse.

Bob: Så denne jord og alt andet er lavet ud af Krishna, men det er ikke Krishna?

Srila Prabhupada: Det er ikke Krishna. Eller man kan sige, Krishna og samtidigt ikke Krishna. Det er vores filosofi. På samme tid et og forskelligt. Man kan ikke sige, at disse ting er forskellige fra Krishna, for uden Krishna har de ingen eksistens. På den anden side kan man ikke sige: "Så lad mig tilbede vandet. Hvorfor Krishna?" Ifølge panteisterne er alt, hvad vi gør, tilbedelse af Gud, for alt er Gud. Det er *mayavada*-filosofi: "Fordi alt er lavet af Gud, er alt derfor Gud." Men vores filosofi er, at alt er Gud og alligevel ikke Gud.

Bob: Så hvad i alverden er Gud? Er der noget her på jorden, der er Gud?

Srila Prabhupada: Ja, fordi alt er lavet ud af Guds energi. Men det betyder ikke, at tilbedelse af hvad som helst er tilbedelse af Gud.

Bob: Så hvad her på jorden er ikke *maya* [illusion]? Det er...

Srila Prabhupada: *Maya* betyder "energi".

Bob: Det betyder energi?

Srila Prabhupada: Ja, og en anden betydning er "illusion". Tåbelige personer accepterer energien som kilden til energien. Det er *maya*. Ligesom solskinnet. Solskinnet, som er solens energi, kommer ind i din stue. Men fordi solskinnet er der i din stue, kan du ikke sige, at solen er der. Hvis solen kom ind i din stue, ville stuen og du selv og alt omgående ophøre med at eksistere. Du ville ikke engang have tid til at registrere, at solen var der. Ikke sandt?

Bob: Jo, det er sandt.

Srila Prabhupada: Alligevel kan du ikke sige, at solskinnet ikke er solen. Hvor er solskinnet uden solen. Så solskinnet er solen, og på samme tid er det ikke solen. Det er begge dele. Det er vores filosofi. *Acintya-bhedabheda* – ufatteligt. I materiel forstand kan man ikke forestille sig, at en ting på samme tid er positiv og negativ. Vi har med en ufattelig energi at gøre. Og fordi alt er Krishnas energi, kan Krishna manifestere Sig selv igennem al energi. Når vi derfor tilbeder Krishna i en form, der er lavet af et eller andet – af jord, vand eller noget i den stil – er det Krishna. Du kan ikke sige, at det ikke er Krishna. Når vi tilbeder denne metalform af Krishna [Deiteten i templet], er den Krishna. Det er sandt, for metal er en energi fra Krishna. Derfor er det ikke-forskelligt fra Krishna, og Krishna er så almægtig, at Han Selv kan være fuldstændigt til stede i Sin energi. Derfor er denne Deitets-tilbedelse ikke afgudsdyrkelse. Det er faktisk tilbedelse af Gud forudsat, at man kender processen.

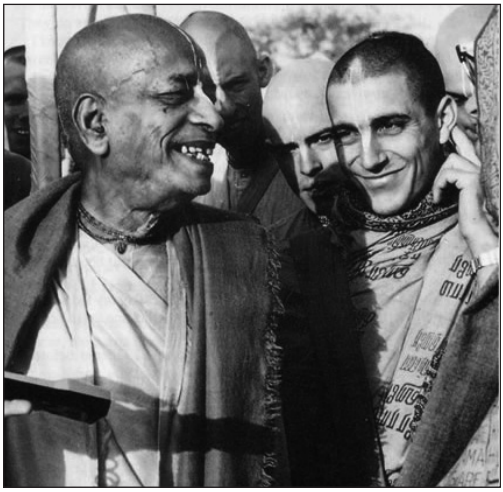
Bob: Så hvis man kender processen, bliver Deiteten til Krishna?

Srila Prabhupada: Nej, den bliver det ikke – den er Krishna.

Bob: Deiteten er Krishna, men kun, hvis man kender processen?

Srila Prabhupada: Ja. Det er ligesom denne elektriske ledning – den er elektricitet. Den, der kender metoden, kan få elektricitet ud af den.

(Fortsættes i næste nummer.) ॐ

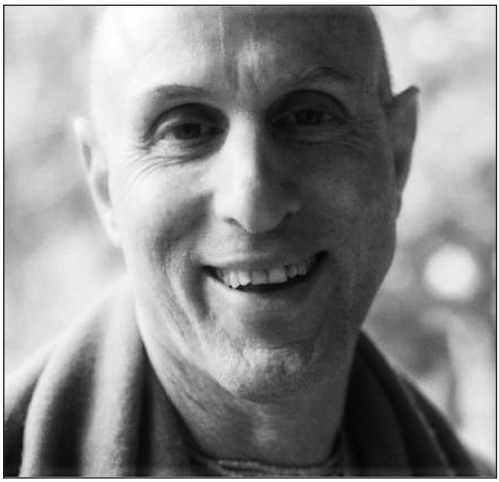


Gør din arbejdsplads til den åndelige verden

Af Mahatma Dasa

Intet sted i den materielle verden er ideelt til at huske Krishna i, men vi kan gøre nogle ting for at forbedre vores åndelige omgivelser, uanset hvor vi er.

For nylig deltog jeg i et Krishna-bevidst program i Tennessee, hvor en hengiven bemærkede, at miljøet er stærkere end viljen. Han fortalte mig, at han ikke fandt miljøet på sin arbejdsplads befordrende for at være Krishna-bevidst. Krishna-bevidsthed var en naturlig praksis hjemme hos ham selv, men ikke på hans arbejde.



Mahatma Dasa

Efter at have sludret med ham tænkte jeg mere over dette og kom frem til, at det er et vigtigt emne. I denne artikel vil jeg derfor diskutere miljø kontra viljestyrke, og hvordan dette relaterer til arbejdspladsen.

Hvad er det ideelle miljø?

Lad os begynde med den gode nyhed. Vi kan være Krishna-bevidste hvor som helst. Den dårlige nyhed er, at der findes intet ideelt miljø at være Krishna-bevidst i.

Jeg kan høre indvendingen: "Hvordan kan du sige det? Hvad med templet? Hvad med Vrindavana og Mayapur? Hvad med en *Ratha-yatra*-festival?"

Jo, de synes at være ideelle miljøer, hvor man kan udvikle Krishna-bevidsthed. Men lad mig stille et spørgsmål: bliver alle, der tager til Vrindavana eller besøger et tempel eller en *Ratha-yatra*-festival, Krishna-bevidste? Mange gør det, men man kan også falde i *maya,* illusion, selv i Herrens personlige tilstedeværelse. Universalmidlet i denne mørke tidsalder (Kali-yuga) er *maha-mantraet. Yuga-dharmaen,* den anbefalede religiøse metode i denne tidsalder, er at synge Hare Krishna. Vedaerne fortæller os, at i denne tidsalder er sangen af Hare Krishna den bedste måde at være Gudsbevidst eller Krishna-bevidst på.

Bliver alle, der synger Hare Krishna, Krishna-bevidste? Upersonalisterne gør det ikke. De synger for at blive ét med Krishna. Jeg skammer mig over at fortælle, hvor mange runder jeg har reciteret på min kæde og ikke engang tænkt på Krishna, selv mens Hans navn hele tiden var på mine læber.

"Jamen," indvender nogen, "i det mindste siger du Krishnas navn, og det vil beskytte dig mod *maya.*" Krishna er der i Sit navn, og alligevel er mit sind langt væk et eller andet sted i *mayas* verden. Derfor siger jeg i realiteten ikke Krishnas navn opmærksomt eller tænker på Krishna.

Og det er ikke ideelt.

Herren Caitanyas tjener Kala Krishnadasa blev lokket væk af sigøjnere, mens han var på rejse sammen med Herren. Hvis at rejse med Herren Caitanya ikke er en ideel omstændighed,

ved jeg ikke, hvad en ideel omstændighed er. Meget bedre får man den ikke. Men selv i et sådant "ideelt" miljø kan man stadig vælge at glemme Krishna.

Prahlada Maharaja var i den stik modsatte situation. Han blev født i et miljø, der var langt mindre befordrende for Krishna-bevidsthed end noget miljø, vi nogensinde vil være i. Prahladas ateistiske far sendte Prahlada til en ateistisk skole i den hensigt at uddanne ham til at blive en førsteklasses ateist. Trods det fortsatte Prahlada med at være helt Krishna-bevidst.

Selv om miljøet påvirker én, bestemmer miljøet ikke alene, hvor Krishna-bevidst man vil være eller ikke være. Hvad afgør det?

Det gør man selv.

Tjek din tro

Har du nogensinde tænkt, at du ikke kan være Krishna-bevidst på arbejde eller i en bestemt situation?

Hvis du har det, så lad os lige se en gang på, om den ide bygger på en tro på, at for at være Krishna-bevidst skal man være i det "rigtige" eller "ideelle" miljø. Hvis dette er ens tro, og arbejdspladsen ikke falder ind under, hvad man anser for at være det rigtige miljø, vil man sandsynligvis resignere og slå sig til tåls med, at ens dag på arbejdspladsen ikke vil være en Krishna-bevidst oplevelse.

> "Prøv i morgen at se alle, du kommer i kontakt med, som en hengiven, der blot har glemt, at han eller hun er en hengiven. Hvis du gør dette, bliver hele din dag lyksaligt Krishna-bevidst."

Hvis det er sådan, man har det, skal ens tro ændres, hvis man skal være Krishna-bevidst på arbejdet. Lad mig stille dig et andet spørgsmål: Hvis du tror, at du ikke kan være Krishna-bevidst på arbejdet, hvad sker der så? Jeg vil tro, at du så ikke virkeligt forsøger at være Krishna-bevidst på arbejdet, for du ved allerede på forhånd, at det ikke kan lade sig gøre. Så snart du siger: "Jeg kan kun være Krishna-bevidst i et gunstigt miljø," skaber du en selvopfyldende profeti og begrænser din evne til altid at tænke på Krishna.

Vær åben over for muligheden for, at du kan være mere Krishna-bevidst, end du tror det, imens du er i et miljø, der ikke er "ideelt" eller tilmed er "fjendtligt". Du kan med andre ord være mere Krishna-bevidst, end du tror. Når det kommer til stykket, er Krishna kun en tanke væk.

Ser du, hvad jeg ser?

Da jeg distribuerede Srila Prabhupadas bøger, var en meditation, der inspirerede mig meget, at se alle som hengivne – hengivne, der på en eller anden måde havde glemt, at de var hengivne. Jeg ville se den lille gnist af en hengiven i dem, gnisten, der var begravet under mange livs uvidenhed. Så længe jeg så gnisten, kunne jeg relatere til dem på en meget mere Krishna-bevidst måde, end jeg normalt ville gøre det.

Lad mig foreslå, at det prøver du at gøre. Prøv i morgen at se alle, du kommer i kontakt med, som en hengiven, der blot har glemt, at han eller hun er en hengiven. Hvis du gør dette, bliver hele din dag lyksaligt Krishna-bevidst. Når vi ændrer måden, vi ser på folk og ting på, ændrer de folk og ting, vi ser på, sig. En anden form af dette er at øve sig i at se alle som et åndeligt væsen eller at øve sig i at se Krishna i alles hjerter. Lad være med at se manden eller kvinden, den hvide eller den sorte. Hvis vi husker at se alle som en sjæl og at se Krishna i alt og alle, vil vi være Krishna-bevidste hvert eneste øjeblik. Krishna er overalt, selv i de bogstaver, du læser lige nu. Prabhupada lærer os, at når vi ser Krishna overalt, vil vi være helt Krishna-bevidste blot ved at se.

Du kan også tænke over, hvordan naturens kvaliteter virker. Når nogen f.eks. bliver vred, kan du se for dig, hvordan personen er som en

marionetdukke, der bliver styret af lidenskabens kvalitet (se beskrivelsen i *Bhagavad-gitas* fjortende kapitel).

Da jeg distribuerede Srila Prabhupadas bøger og nogle blev vrede på mig, fordi jeg tilbød vedkommende en bog, gav Krishna mig ofte lov til netop at se tingene på den måde. Følgelig følte jeg mig ikke såret eller tænkte, at den person er en ond person. Jeg forstod, at lidenskabens kvalitet tvinger denne person til hjælpeløst at blive vred. Jeg havde også medfølelse med ham, for jeg tænkte, hvor elendigt han måtte have det ved så let at blive vred.

Hver eneste dag kan man gøre en bestræbelse på at se verden fra et Krishna-bevidst perspektiv som i ovennævnte eksempler. At se med skrifternes øjne (*sastra-caksuh*) er måden, der anbefales for at kunne se Krishna overalt. Hvis man øver sig i at se med skrifternes øjne, vil man få en helt Krishna-bevidst dag på arbejdet, eller hvor som helst man er.

> “Tag noget ekstra med til dine kolleger til frokost, ting som du ved, at de specielt kan lide. Det vil give dig en mulighed for at forklare, hvorfor du er vegetar, og hvad *prasadam* er.”

Voks med opgaven

Arbejdspladsen kan give os en mulighed for at praktisere kvaliteter som tolerance, disciplin, tilgivelse, venlighed og indfølingsevne. Du kan overveje og tænke over, hvordan en avanceret hengiven ville handle, hvis han eller hun havde dit arbejde. Hvordan ville en hengiven, som du ser op til, reagere på udfordringerne, problemerne, bekymringerne og det stress, du oplever i arbejdsmiljøet?

Hvad skal vi have at spise?

Hvad kan du ellers gøre? Du kan distribuere *prasadam.* Tag noget ekstra med til dine kolleger til frokost, ting som du ved, at de specielt kan lide. Det vil give dig en mulighed for at forklare, hvorfor du er vegetar, og hvad *prasadam* er. Prabhupada lancerede *prasadam* som vores ”hemmelige våben” til at give folk Krishna med. Du kan også have blomster, blomsterkranse eller røgelse fra dit alter eller tempel med.

Giv Krishna, få Krishna

Srila Prabhupada bemærker, at en af de bedste måder at være Krishna-bevidst på, er ved at give Krishna til andre. Prabhupada skrev en gang til mig, at jo mere vi giver Krishna-bevidsthed, des mere bliver vi Krishna-bevidste. Krishnadasa Kaviraja forklarer denne ide i *Caitanya-caritamrta.* Han skriver, at som de hengivne omdelte frugterne af Krishna-bevidsthed, smagte de disse frugter mere og mere.

Når du giver Krishna, får du Krishna.

I 1970 rejste jeg rundt og distribuerede Srila Prabhupadas bøger. Dette var den første gang, at store bøger nogensinde blev distribueret i store mængder i ISKCON. Vi skrev til Srila Prabhupada for at give ham nyheden, og han svarede: ”Dette er symptomet på en avanceret hengiven. Han griber alle muligheder for at sprede Krishna-bevidsthed.”

Prabhupada siger, at vi bør vride vores hjerne for at sprede Krishna-bevidsthed. Hvorfor ikke prøve at finde ud af, hvilke muligheder der er på arbejdet for at give folk Krishna-bevidsthed? Kristne gør det over hele verden. Hvorfor skulle vi ikke kunne gøre det?

Flere ideer

Her er flere ting, du måske gerne vil gøre, hvis du fornemmer, at stemningen på arbejdet egner sig til disse forslag.

Hver uge kan du udskrive et vers eller et ordsprog fra skrifterne og have det et eller andet sted på dit bord, hvor det er synligt for andre (du kan eventuelt indramme det). Dette kunne måske fremkalde interesse og få folk til at spørge.

Du kan gøre det samme med Krishna-bevidste

bordkalendere, der har et nyt citat for hver af årets dage. Hvis påklædningsreglerne tillader det, kan du gøre det med en Krishna-bevidst T-shirt. Hvis du har din egen virksomhed, kan du have billeder af Krishna og Krishna-bevidste citater på væggen.

En anden ting, der vil hjælpe dig til at blive Krishna-bevidst på arbejdet, er at bede til Krishna for dem, der er på din arbejdsplads. For eksempel kan du bede om, at de bliver åbne for Krishna-bevidsthed. Hvis du ser, at det sker, kan du drage fordel af muligheden til at komme ind på nogle åndelige emner og måske invitere dem til et Krishna-bevidst program.

> “Hvis folk ser noget andet eller særligt i dig, vil de gerne finde ud af, hvad din hemmelighed er.”

I sidste ende er den bedste måde at hjælpe folk til at være Krishna-bevidste på selv at være Krishna-bevidst. Folk imponeres mere af, hvem man er, og hvad man gør, end af hvad man siger.

Hvis folk ser noget andet eller særligt i dig, vil de gerne finde ud af, hvad din hemmelighed er. Når de finder ud af det, kan det måske vække lidt interesse i og tro på Krishna-bevidsthed. Dine handlinger, kvaliteter og omgang med andre er en væsentlig del af dit forsøg på at give Krishna-bevidsthed på dit arbejde.

Selvfølgelig er der mange andre måder at gøre folk interesserede i Krishna på. Eksemplerne ovenfor giver jeg blot for at få lidt kog i gryden og få dig til at tænke på, hvad du kan gøre på dit arbejde. Der er mange muligheder for at være Krishna-bevidst på arbejdet.

Spillet vindes ikke på banen

Hvorvidt man er Krishna-bevidst på arbejdet, kommer til syvende og sidst meget an på, hvad man laver, når man *ikke* er på arbejde, ligesom en atlets succes afhænger af, hvor meget han træner uden for banen. Jo flere Krishna-bevidste aktiviteter, man laver, når man ikke er på arbejde, des større chance har man for at være Krishna-bevidst på arbejde.

Hengivnes egne virksomheder

Formålet med denne artikel er ikke at undervurdere den virkelighed, at mange af os arbejder i omgivelser, der gør det til en udfordring at være Krishna-bevidst. Ideelt set ville det være bedst at være på en arbejdsplads, der ejes af hengivne, og således arbejde sammen med andre hengivne. Jeg opmuntrer altid hengivne, der har den tilbøjelighed, til at starte forretninger og firmaer, der kan beskæftige andre hengivne. Jeg opfordrer også alle hengivne (specielt de hengivne, der har fremgangsrige forretninger eller velbetalte jobs) til at styre penge ud over deres normale donationer i retning af projekter, som de har en særlig forbindelse med eller tiltrækning til, eller tilmed at udvikle deres egne projekter til at sprede Krishna-bevidsthed med.

Når dit arbejde er direkte forbundet med at støtte noget, der står dit hjerte nær, skaber det en inspirerende forbindelse mellem dit arbejde og din hengivne tjeneste.

Hvad er konklusionen?

Himmel og helvede er ikke kun fysiske steder, men også bevidsthedstilstande. Vi har kontrol over, om vi arbejder i himmel eller helvede. ॐ

Mahatma Dasa blev initieret i 1970 af Srila Prabhupdda. Han er med til at stå for Bhakti Life (www.bhaktilife.org), som tilbyder workshops, retreats og kurser online. Han bor i Alachua, Florida, med sin hustru, Jahnava Devi Dasi og deres datter, Brajasundari. Man kan besøge ham på www.mahatmadas.com.

Denne artikel er hentet fra et kapitel i Mahatma Dasas kommende bog, Living the Wisdom of Bhakti, *og er her oversat fra* Back to Godhead, marts/april 2011.

Deprimeret - hvad gør jeg?

Af Gaura Hari Dasa

Mange mennesker slider med depression. Det gælder desværre også for medlemmerne af ISKCON. Selv hengivne i ledende positioner indrømmer somme tider, at de har problemer. Så hvad gør man, hvis man pludselig føler sig overvældet af tungsind? Krishna giver et råd i *Bhagavad-gitas* andet kapitel, vers 14, hvor Han siger: "Den midlertidige opdukken af lykke og sorg og deres forsvinden med tiden er som sommer og vinter, der kommer og går. De opstår på grund af sanselig kontakt, og man må lære at tolerere dem."

Lykke og sorg behøver ikke nødvendigvis at have en tydelig ydre årsag. De kan opstå i sindet på uforklarlig vis og komme og gå ligesom årstiderne. Grundlæggende må vi prøve at forstå, at vi er ikke vores sind. Hvorfor kan vi tolerere årstidernes skiften? Fordi vi ikke identificerer os med dem, fordi vi ved at det er midlertidigt, og fordi vi har noget andet at tænke på. Hvis vi tilsvarende forstår, at vi er ikke vores sind, er det en stor hjælp til at tolerere depression. At overvinde en depression kan være svært, hvis ikke umuligt, men at tolerere den er muligt, specielt hvis vi har noget andet at tænke på.

Og det har vi som hengivne. Hele filosofien om Krishna-bevidsthed er, at i stedet for at tænke på hvordan jeg selv har det, skal jeg prøve at tænke på hvordan Krishna "har det." Med andre ord bør målet med vores liv, alt hvad vi gør, være at tilfredsstille Krishna. Mennesker, der har travlt med at hjælpe andre, oplever at deres egne problemer bliver mindre. Det gælder så meget mere, når vi gør det til vores mål at tilfredsstille Krishna. Dette er fordi Krishna er en virkelig person, en person som vi har et meget nært forhold til. Hvis vi prøver at gøre Ham glad, bliver vi selv glade. På uforklarlig vis gengælder Krishna vores oprigtige følelser for Ham, selv på begynderstadiet, og vi føler Hans kærlighed til os. Når vi bliver fyldt af Krishnas kærlighed, går det op for os, at det er det eneste vi behøver. "All you need is love," lyder et berømt citat af Beatles.

Problemet er altså i virkeligheden at vi tænker for meget på os selv. Eller rettere, vi tænker for meget på det, vi tror er os selv, nemlig denne krop og dette sind. Vi har en eller anden dybt indgroet forhåbning om, at kroppen og sindet kan blive lykkeligt, og at det er hvad der menes med at være lykkelig. Men det er en grundlæggende misforståelse. Vi kan umuligt blive lykkelige, så længe vi ligger under for en fejlagtig opfattelse af, hvem vi er.

I virkeligheden har vi som hengivne ikke lov til at være deprimerede. Selv hvis vi føler os deprimerede, bør vi se bort fra det og "lade som om" vi er i godt humør, bare for at gøre Krishna glad. Krishna skal være glad, og Krishna kan ikke lide at se hengivne, der hænger med hovedet. Krishna bliver glad, når han ser glade hengivne. Så lad os være glade for Krishna. Hvis vi holder af nogen, skjuler vi somme tider vores følelser for ikke at gøre personen ked af det. Så hvis vi holder af Krishna, må vi også lære at skjule følelser, der kunne gøre Krishna ked at det. Det er ikke forstillelse eller et "show," som nogen måske ville indvende, men derimod et symptom på ægte kærlighed.

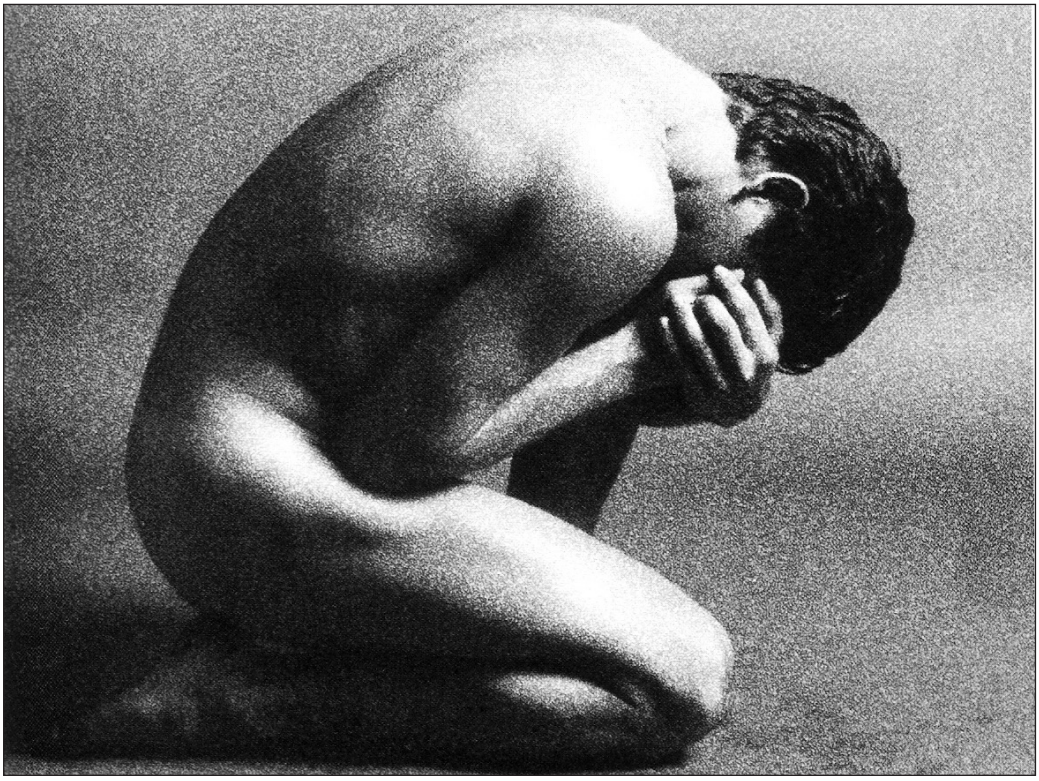
Hvis vi spørger nogen: "Hvorfor er du deprimeret?" er der mange mulige svar: "Min kone elsker mig ikke," "Jeg har ingen penge," "Alting mislykkes for mig," osv.

Lad os prøve at se lidt på det. Måske elsker min kone mig ikke, fordi jeg ikke elsker hende. Hvis jeg ikke elsker Krishna, er den kærlighed jeg prøver at give min kone, eller hvem det nu er, i virkeligheden bare en byttehandel: "Jeg vil elske dig, men betingelsen er, at du vil elske mig til gengæld." Men det er ikke virkelig kærlighed. Virkelig kærlighed er uden motiv, den er ubetinget. Sådan ubetinget kærlighed kan kun komme fra en, som er tilfreds, som ikke behøver noget fra nogen. En hengiven behøver ikke noget

fra nogen, fordi Krishna giver ham alt, som vi nævnte tidligere. Hvis vi lærer at elske Krishna, vil vi opdage, at verden i virkeligheden er et ocean af kærlighed, som kommer fra Krishna. Alle vil elske os helt spontant, uden at de endda måske selv ved, hvorfor de gør det. Hvordan kan man være deprimeret, når man svømmer i et ocean af kærlighed?

At være deprimeret fordi man ikke har nogen penge eller ikke er en succes, er vel klart en materialistisk ting, men som hengiven er det vel naturligt, at man behøver penge for at kunne sprede Krishna-bevidsthed eller tjene Krishna, og alle vil gerne have et godt resultat af deres bestræbelser, ikke sandt? En ting må vi imidlertid forstå, nemlig at succes eller fiasko er helt i Krishnas hænder. Derfor bør vi ikke blive deprimerede, hvis succesen ikke kommer. Vi må prøve at forstå, at vores succes helt enkelt består i, at vi gør vores bedste for at tjene Krishna, og det bør vi være tilfredse med, fordi Krishna er tilfreds. Hvis der ikke kommer ydre succes, kan vi se det som en chance for at blive ydmyge og huske, at vi ikke i virkeligheden er den, som laver arbejdet, og at vi derfor heller ikke har noget med resultatet at gøre, det være sig godt eller dårligt.

Somme tider bliver vi deprimerede fordi vi ikke kan leve op til standarden for hengivne i ISKCON, for eksempel hvis vi bryder de regulerende principper. Det kunne vel siges at være en legitim grund til at blive deprimeret, men hvis sådan depression gør os modløse, er det også en form for *maya*. Krishna er parat til at tilgive, og Han opmuntrer os til ikke at give op, men fortsætte med at gøre vores bedste. Vores fejltrin er på en måde naturlige på begynderstadiet, og hvis vi fortsætter, vil vi snart komme til den platform, hvor vi ikke mere falder ned. Vi må tjene Krishna entusiastisk, dvs. med godt humør, uanset hvad der sker. Sådan beslutsomhed vil helt sikkert føre til succes. ॐ

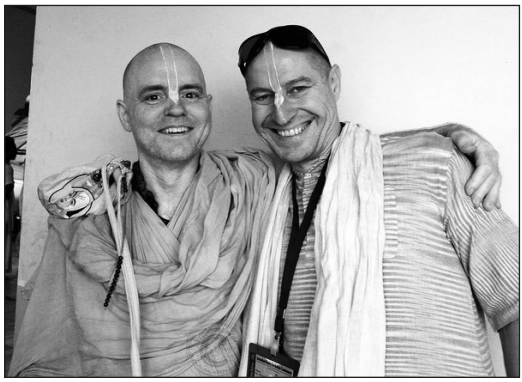


Den vediske version

Af Jahnu Dasa

Fra en debat på Internettet.

Nogle moderne såkaldt veluddannede mennesker har det med at nedgøre den vediske kultur og litteratur og hævde, at den er fabrikeret af nogle primitive indfødte nomadestammer, der levede i Indien for længe siden. Men hvilken slags nomadestamme ville skrive på et sprog, der er så perfekt i komposition, grammatik og rytme, at det tager moderne sprogforskere mindst 10 års studier bare nogenlunde at mestre grammatikken? De fleste sprogvidenskabelige forskere anerkender i dag, at sanskrit er det ældste kendte sprog og muligvis moderen til alle de moderne sprog, vi kender i dag.



Jahnu Dasa th. (her i selskab med Aindra Dasa)

Hvordan kan det være, at den vediske litteratur, hvis den altså er et produkt af nogle primitive indfødte, indeholder systematiske, detaljerede og højt avanceret information om emner som:

* Astronomi

Hvilken slags indfødte kunne give en nøjagtig beskrivelse af planeterne i vores solsystem til og med Saturn og angive planetdiametre, der ligger meget tæt på moderne astronomers diametre? Hvilken slags indfødte ville for mere end 5000 år siden formulere tidsenheder baseret på atomers bevægelser helt nede fra 1/10.000 del af et sekund op til universets totale livslængde (jf. *Srimad-Bhagavatam* 3.11.1-12)?

* Biologi

Hvilken slags primitive indfødte ville være i stand til at opsummere og kategorisere alle eksisterende livsarter i universet i forhold til deres bevidsthedsmæssige udvikling, inklusive 400.000 menneskelige arter (jf. *Padma Purana*)?

* Medicin, diagnosticering og helse

Ayurveda og *Garuda Purana* indeholder diagnosticeringer og naturlige lægemidler mod de fleste kendte lidelser. En god ayurvedisk læge kan bestemme enhver sygdom blot ved at tage pulsen tre steder på håndledet. Ayurvediske klinikker findes i de fleste lande rundt omkring i verden og er højt værdsatte og succesfulde.

* Musik

Den vediske musikvidenskab hører til en af de mest sofistikerede og komplicerede i verden, hvor rytmer og skalaer er forbundet med særlige stemninger og tidspunkter på dagen (*raga*). Det var almindeligt kendt i den vediske kultur, at særlige lydvibrationer har forskellige indvirkninger på det menneskelige sind.

* Politik

Det vediske samfunds politiske struktur tillod indbyggerne at leve under fredfyldte og velstående omstændigheder under helgenagtige regenter, der havde nøje indsigt i menneskelig psykologi. *Varnasrama-dharma* samfundssystemet garanterede, at alle var beskæftiget i overensstemmelse med deres fysiske og psykiske evner, og samtidigt var de sikret gradvist at

kunne avancere i åndelig forståelse med henblik på endelig befrielse fra den materielle verden.

* Arkitektur

Konstruktioner af templer og andre bygninger blev udført ifølge skriftlige retningslinier (*Silpa-sastra*). Man kan stadig observere resterne af nogle af den vediske arkitekturs pragtværker (Kanchipuram, Mahabalipuram og

Jagannatha Puri for at nævne nogle få). Der er tale om imponerende bygningsværker, der blev opført af solide stenblokke efter en teknik, som det er tvivlsomt, at moderne teknologi kan overgå. Der var vægge indlagt med ædelstene, som senere blev plyndret af indtrængende muslimer og englændere. Disse bygninger havde luftkonditionering baseret på rindende vand, perfekt akustik osv. Udskæringerne i sten taler for sig selv. I *Puranaerne* finder vi beskrivelser af interiør, der langt overgår noget moderne sidestykke med ædelstensindlagte møbler og indendørs svømmebassiner. Sådanne beskrivelser bekræftes også i værker af mogulske og andre muslimske besættere (år 1100 - 1500) såvel som i 'En Indiensrejsendes dagbog' af Tavernier, der også var den, der bragte Hope og Koh-i-noor diamanterne til Europa.

* Matematik

Det er fra Vedaerne (*Sulba-sutraerne*), at vi har decimalsystemet, tallet 0, ligninger med ukendte faktorer repræsenteret ved bogstaver og det moderne talsystem. De første eksempler på aritmetik, kvadrat- og kubikrødder, geometri og trigonometri findes i Vedaerne.

* Krigsførelse

Under den vediske tidsalder var det kun *ksatriyaer* (medlemmer af krigerkasten) der beskæftigede sig med krig og vold. Civile blev aldrig involverede i eller ofre for krigshandlinger, der altid fandt sted på afsidesliggende slagmarker efter særlige regler og forskrifter. Et par eksempler: en der vendte ryggen til, en som var panikslagen, en som var

forvirret, eller en der flygtede, var fredet og måtte ikke slås ihjel. Man kæmpede kun, mens solen var oppe. Krigere, der besad himmelske våben, måtte kun anvende disse våben mod andre krigere, der også besad dem.

Vediske soldater kendte til en psykisk teknologi, der ikke kendes i dag, og som gjorde dem i stand til gennem lydvibrationer (*mantraer*) at udløse elementer som ild, vand eller luft og rette dem mod en fjende. De kunne også gennem *mantraer* udløse *brahmastraen*, der var det ultimativt ødelæggende våben, der nærmest kan sammenlignes med en kontrolleret udløsning af atomenergi (jf. *Mahabharata* og *Bhagavata Purana*). *Dhanur-vedaen* var den Veda, der beskrev krigskunst. Efter slaget på Kuruksetra blev *Dhanur-vedaen* af *brahmanaerne* pålagt en forbandelse, der gjorde, at den ikke længere ville være virkningsfuld i Kali-yuga.

* Kunst

Også drama, teater, poesi, skulptur, dans og andre kunstarter er der gjort detaljeret rede for i Vedaerne. De udskæringer, der udsmykker templer, *Bharata-natyam* og andre former for dans samt de mere end 3.000.000 vers, der udgør den vediske litteratur, er i sig selv bevis på, at Vedaerne var yderst sofistikerede med hensyn til kunstarterne og alle andre videnskaber. Der siges i dag kun at være ca. 7 procent tilbage af den vediske litteratur. Ufatteligt mange templer, skrifter og biblioteker blev systematisk tilintetgjort af muslimske angribere.

Mange andre emner er beskrevet i Vedaerne – åndelige, metafysiske og filosofiske såvel som emner, der vedrører økonomisk udvikling, psykologi og sansenydelse. Hvordan kunne primitive indfødte have kundskab om alt dette? Hvordan kunne de i det hele taget læse og skrive? Hvordan kunne de beskrive planeternes omløbsbaner og forudsige måne- og solformørkelser? Og siden de vidste alt dette, hvorfor skulle Vedaernes detaljerede metafysiske viden, der beskriver Gud, sjælen og alle eksistentielle spørgsmål, så udelukkende være noget, de fandt på? ॐ

Om forsoning, Gandhi og Bhagavad-gita

En kommentar fra Hare Krishna

Af Lalitanatha Dasa

I forbindelse med det aktuelle arabiske oprør bad Kristeligt Dagblad repræsentanter fra forskellige religioner kommentere Nasers Khaders opfordring til en ny ånd af forsoning inden for Islam og den islamiske verden.

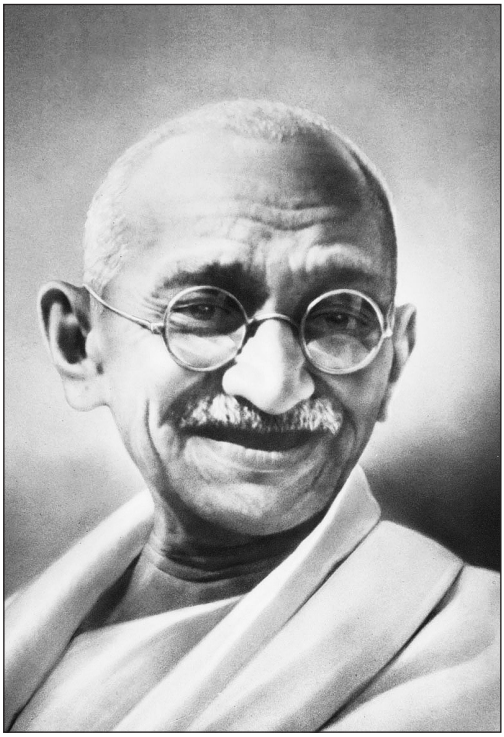
”Det, de islamiske diktaturstater har brug for, er en Gandhi, en forsonlig menneskerettighedsforkæmper med nok gennemslagskraft til at kunne samle befolkningen i de pågældende lande om en fredelig opstand. En åndelig vejleder, der prædiker tilgivelse, ikke had.”

Således kommenterede Naser Khader den 25. februar det nu omfattende oprør i den arabiske verden. På det tidspunkt havde det endnu ikke bredt sig udenfor Tunesien, og Khader udtrykte håb om, at den tunesiske jasminrevolution kunne være starten på en ånd af fredfyldthed, tilgivelse og forsoning i den islamiske verden.

For nu at hæfte os ved Gandhi – hvis det er hans slags, vi gerne vil have flere af, må det være nærliggende at se på, hvad der inspirerede ham. Den dybt religiøse Gandhi indrømmede selv, at han havde hentet ting fra mange steder, men især *Bhagavad-gita*, som han altid havde på sig, betød meget for ham. Han skrev engang:

”Når skuffelsen stirrer mig i øjnene, og jeg ikke mere kan se en stråle af lys, vender jeg mig til *Bhagavad-gita*. Jeg finder et vers her og et vers der, og snart begynder jeg at le midt i overvældende sorger. Mit liv har udefra set været fyldt med tragedier, og jeg kan takke *Bhagavad-gitas* lære for, at disse ikke har efterladt sig uudslettelige spor.”

Er *Bhagavad-gita* et godt sted at starte, hvis vi ønsker mere forsonlighed i verden? Gandhi ville nok have svaret ja, og dog er det paradoksale, at om noget er *Bhagavad-gita* en af de mest uforsonlige bøger, der nogensinde er skrevet.



Mahatma Gandhi

Bogen er en samtale mellem den store kriger Arjuna og hans vognstyrer, Krishna, lige før det store slag på Kuruksetra begynder. Arjuna står overfor valget mellem at gå i krig mod sin egen familie eller trække sig fra slaget. Da han efter nøje overvejelse vælger det sidste, overbeviser Krishna ham efterfølgende om, at det etisk mest rigtige for ham alligevel er at gå i krig og dræbe

sin familie! Kan noget være mere uforsonligt?

Paradoksalt nok var dette tilsyneladende uforsonlige budskab alligevel grundlaget for pacifisten Gandhi.

Måske er skønheden og styrken ved *Bhagavad-gita* netop dens paradokser, for de tvinger én til at overskride de forenklede enten-eller forestillinger. Én ting kan vi i hvert fald lære af *Bhagavad-gita*: det er ikke altid let at gennemskue, hvad der er rigtigt, og hvad der er forkert i en given situation. Jo, forsonlighed og tilgivelse er kardinaldyder og afgørende for det gode forhold os mennesker imellem. Men hvor universelle er de? Er der situationer, hvor de ikke er dyder, men blot udtryk for svaghed og frygt for at gøre det rigtige?

For eksempel må en far eller mor somme tider være uforsonlige overfor et barn, når barnet har brug for at blive disciplineret eller få sat nogle klare rammer. Hvis forældrene i stedet er eftergivende, skader deres forsonlighed barnet. Somme tider skal en dommer være uforsonlig hård overfor kriminelle. At være eftergivende her vil skade landets lov og orden. Men hvad så med den uforsonligt hævntørstige fjende, hvis fryd er at skade, eller den grådige person, hvis nydelse er på andres bekostning? Den slags uforsonlighed er verden tydeligvis bedre uden.

> “Én ting kan vi i hvert fald lære af Bhagavad-gita: det er ikke altid let at gennemskue, hvad der er rigtigt, og hvad der er forkert i en given situation.”

Hvordan afgør man, hvad der er hvad? Hvad er rigtig handlemåde, og hvad er forkert? Det er et af hovedtemaerne i *Bhagavad-gita*. Krishna bemærker:

”Det er meget svært at forstå de indviklede detaljer omkring handling. Derfor må man have en grundig indsigt i, hvad handling er, hvad forkert handling er, og hvad uvirksomhed er.” (Bg. 4.17)

”Selv de intelligente forvirres, når de skal afgøre, hvad der er handling, og hvad der er uvirksomhed. Nu skal Jeg forklare for dig, hvad handling er, så du ved at vide dette kan blive befriet fra al lidelse i livet.” (Bg. 4.16)

Herefter formulerer Krishna sig tilsyneladende både paradoksalt og kryptisk:

”Den, der ser uvirksomhed i handling og handling i uvirksomhed, er intelligent blandt mennesker, og han er ikke af denne verden, selv om han er involveret i alle mulige aktiviteter.” (Bg. 4.18)

Hvad mener Krishna med det? Det er et af hans paradokser, som man kan fundere et helt liv over. En ting, der falder i øjnene, er, at uvirksomhed eller passivitet også er en handling. Og hvis at forholde sig passiv er den forkerte handling at vælge, har den lige så mange dårlige følger som enhver anden forkert handling. Men handler man rigtigt, er det som om man intet gør, for ens handlinger har ingen dårlige reaktioner, men kun gode konsekvenser. Handler man korrekt, kan det aldrig gå én dårligt. Andetsteds siger Krishna i *Bhagavad-gita*:

”O Arjuna, den, der er beskæftiget med gode handlinger, møder hverken undergang i denne verden eller den næste. Den, der gør godt, Min ven, overvindes aldrig af det onde.” (Bg. 6.40)

Men hvordan afgør man så, om ens handlinger er gode og korrekte? Ifølge Krishna er det et spørgsmål om indre motiv. Krishna siger videre:

”Den, hvis samtlige bestræbelser er uden begær efter selvisk tilfredsstillelse, må anses for at have fuldstændig viden. Vismændene

kalder ham for en arbejder, for hvem handlingernes reaktioner er blevet brændt op i bålet af perfekt viden." (Bg. 4.19)

Problemet i verden er således ifølge Krishna og *Bhagavad-gita* ikke forsonlighed eller uforsonlighed, tolerance eller intolerance eller sågar krig eller fred. Problemet er selvisk begær eller egoisme. Problemet er, at vi mennesker er begærlige efter at tilfredsstille os selv. Problemet er, at når vi forpurres og skuffes i vores selviske bestræbelser (hvad vi altid gør), overvældes vi af vrede, der gør os blinde og fører til tab af indre visdom og intelligens og til had, galskab, hævntørst og endnu mere begær og grådighed. En person i fuldstændig viden handler derimod ifølge Krishna "uden begær efter selvisk tilfredsstillelse."

Men kan vi mennesker være andet end egoistiske? Ja, ifølge *Bhagavad-gita* er det muligt for os at sætte os ud over vores lavere natur. At gøre det er netop den udfordring i menneskelivet, som vi alle står overfor. Tager vi udfordringen op, nærmer vi os det egentlige åndelige mål med livet og bidrager samtidigt til en større fred i verden. *Bhagavad-gita* er en lang instruktion i, hvordan man fremelsker en uselvisk natur. Det kræver tålmodighed, det kræver den rette praksis og indstilling, det kræver hjælp fra Gud, men det er muligt. Men vi kan også gå den modsatte vej og fremelske egoisme, griskhed og begær. Vi skal dog ikke samtidigt tro, at vi så kan have en verden med mere forsonlighed og tolerance mennesker imellem.

Krishna gør hele tiden opmærksom på, at nøglen til menneskelig udvikling er, at mennesker skal handle i viden. Mennesket skal være religiøst, men ikke blindt religiøst. Det skal være med viden. I en kendt udgave af *Bhagavad-gita* opsummerer kommentatoren A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada denne ånd i *Bhagavad-gita*:

"Religion uden filosofi er sentimentalisme og somme tider fanatisme, mens filosofi uden religion er tør intellektuel spekulation."

Hvis vi vil gå lidt dybere, og hvis vi tænker i *Bhagavad-gitas* baner, er det måske netop denne mangel på religiøs viden og uddannelse, der er det store problem i verden, og ikke uforsonlighed og intolerance som så. På en måde har menneskeheden aldrig haft så travlt med at uddanne sig som nu. Men det er en uddannelse i ydre og flygtige ting som teknologi, økonomi, politik osv. Ikke at disse ikke også er vigtige, men hvis de ikke er understøttet af en solid religiøs uddannelse, leder de kun til mere egoisme og grådighed, hvilket vi også ser verden over.

Ifølge *Bhagavad-gita* bør vi først og fremmest uddannes i, at vi alle, ikke kun mennesker, men alt levende, er dele af Guds samlede familie. Uden denne forståelse kan selv religion være farlig. Ikke at religion i sig selv er farlig, og ifølge *Bhagavad-gita* er religion faktisk det eneste, der kan give virkelig fred i både den enkelte og i verden. Men hvis religion betyder "din religion" eller "min religion", et "enten har jeg ret, eller også har du ret," er det religion i uvidenhed.

Religion betyder at se forbindelsen til Gud i alting og handle derefter. Alt tilhører Gud og ingen anden. Danmark er ikke danskernes land, Indien ikke er indernes land, og Arabien er ikke arabernes land. Alle lande tilhører Gud. Men under en falsk forestilling opfatter vi nu os selv som forskellige nationaliteter, racer og religioner. Det er forkert forståelse ifølge *Bhagavad-gita*. Vi er hverken danskere, indere, arabere osv. Vi er alle Guds børn og intet andet. Vi tilhører samme familie og er alle brødre og søstre, for vi er børn af samme far, uanset om vi kalder Ham Gud, Allah, Krishna osv. Vores opgave i livet er hver især at tjene Gud og leve for Guds tilfredsstillelse efter bedste evne. Kun dette syn kan ifølge *Bhagavad-gita* skabe forsoning i verden – og forsoning i os selv.

Hvad mere er, behøver dette ikke at vente på, at andre gør det for os. Hvis vi igen vender os til Gandhi, er udfordringen for os alle hver især "selv at være den løsning, som vi ønsker verden skal være."ॐ

Svastika

Af Lalitanatha Dasa

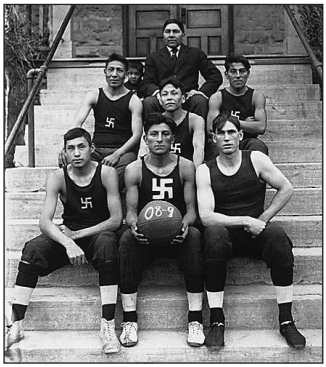
Et muligt spor af en verdensomspændende vedisk kultur finder man i svastikasymbolet. I dag vil de fleste ikke mindes om dette symbol på grund af associeringen med nazismen, men det er egentligt et urgammelt lykkebringende vedisk symbol, som har været brugt længere tilbage i Oldtiden, end man kan spore det.

Det interessante er, at man støder på svastikategnet over hele verden i oldtidssammenhæng. Således finder man det ikke blot i Indien, men også i Kina, hos grækerne og i romerriget, blandt germanske folk, keltere og i Norden, i Afrika osv. I Amerika blev svastika brugt af indianerne i Nord-, Central- og Sydamerika. Svastikasymbolet anvendtes i vid udstrækning i den mayanske og aztekiske kunst. I Nordamerika blev swastika brugt på Navajo-, Tennessee- og Ohioindianernes gravhøje.

Her i landet kender man det bl.a. fra runesten, fundne genstande fra Bronzealderen og Jernalderen mm.

Er svastika opstået uafhængigt mange steder i verden, eller er det en rest fra en glemt verdensomspændende kultur? ॐ

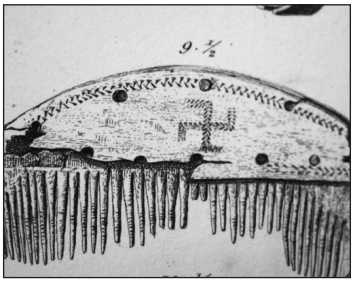
Græsk krukke med svastika fra ca. 800 f.Kr.



Et basketballteam af unge Chilocco-indianere fra 1909. Svastikaet har været et traditionelt symbol for disse indianere, så længe tilbage nogen kan huske.

Svastika på den romerske del af Baalbek-templet i Libanon (se Nyt fra Hare Krishna 3.2011 angående Baalbek).

Snoldelev-stenen er en af Danmarks ældste runesten, der blev fundet i 1770'erne ved Snoldelev mellem Roskilde og Køge. Som det fremgår af billedet af hele stenen og af nærbilledet indgår swastikaet i stenens udsmykning.



Svastika på benkam fundet i Nydam Mose på Als. Ifølge arkæologerne er svastikaet her forbundet med Odin.

En typisk anvendelse af svastika i indisk kultur som et velkomsttegn.

Hvordan starter man en bhakti-vriksa gruppe?

Af Lalitanatha Dasa

De fleste hengivne har et ønske om prædike og se andre få den samme nytte af Krishna-bevidsthed, som man selv har fået. Men hvordan bærer man sig i praksis ad med at give Krishna-bevidsthed til andre? Hvad gør man f.eks., hvis man gerne vil starte et Krishna-bevidst hjemmeprogram, hvorigennem man bringer en gruppe folk frem til at blive initierede hengivne? Kan det overhovedet lade sig gøre?

Ja, det er faktisk muligt. Et eksempel er Vijay Venu Gopal og hans hustru Prema Padmini Devi Dasi, der siden begyndelsen af 1990'erne har gjort tæt ved 5000 mennesker til hengivne et sted i Mellemøsten. Parret startede alene, men ved systematisk at kultivere lokale folk gennem et *bhakti-vriksa*-system er det lykkedes dem at bringe så mange mennesker til Krishna-bevidsthed (*bhakti-vriksa* er en form for særligt struktureret *nama-hatta* eller hjemmeprogram; mere derom senere).

Vijay Venu Gopal og Prema Padmini har også skrevet om deres erfaringer og givet deres råd til, hvordan andre kan gøre det samme. Over de kommende måneder vil vi derfor se nærmere på, hvad *bhakti-vriksa* ifølge Vijay Venu Gopal og Prema Padmini Devi indebærer.

Man kan f.eks. spørge, hvad man gør med den første udfordring, man står overfor, nemlig hvordan får man overhovedet nogle gjort interesseret til at begynde med? Hver eneste aspirerende prædikant tænker sikkert: "Hvor finder jeg et modtageligt publikum?" Vijay Venu Gopal og Prema Padmini Devi skriver om dette:

"Det er helt naturligt, at vi er usikre på, hvor vi kan finde en gruppe af engagerede medlemmer, der vil komme uge efter uge til vores *bhakti-vriksa*-møder. Dette er dog kun et problem, indtil vi har fået gang i en *bhakti-vriksa*-gruppe, for her lærer alle medlemmer gradvist at invitere deres venner og bekendte til programmet.

Den første strategi er at forstå, hvor meget folk har brug for det, vi gerne vil give dem. Alle har brug for det! Når man forstår dette, vil man have selvtillid og beslutsomhed til at kunne opsøge folk. Og når man holder skarpt øje med potentielle medlemmer, vil man også kunne se dem overalt. De kan findes i supermarkedet, ved busstoppestedet, hos lægen…der er potentielle mennesker overalt. Vi skal bare lære, hvordan vi opsøger dem.

Hvis der er et tempel i nærheden, ligger det lige for at invitere nogle af gæsterne til sit program. Mange af templets faste gæster vil sikkert gerne være med i en mindre gruppe, hvor

udvekslingen og den personlige opmærksomhed er større.

Anderledes forholder det sig, hvis man mere eller mindre er alene. Men selv da er der mange muligheder. For eksempel kan indere let indbydes til et foredrag og en diskussion over *Bhagavad-gita* sammen med sang af *mantraer* og andre sange. Efter at have deltaget i programmet og været glad for det, er de normalt villige til at komme til flere sådanne programmer.

Folk fra andre kulturelle baggrunde er der også måder at tiltrække på. Alle søger efter fred og lykke, så hvorfor ikke invitere folk til et program med vedisk sangmeditation, der bringer fred og tilfredshed, og et foredrag om filosofien bag denne. Der kommer heller ikke færre folk, hvis man også nævner, at der følger en gratis vegetarmiddag med oven på programmet!

Det bedste er at satse på folk fra ens nabolag. Når folk bor tæt på, hvor man selv bor, er det let at holde kontakten ved lige, og medlemmerne har nemt ved at komme til møderne. Alene det, at man er naboer, kan være en grund for nogle til at komme.

Den første kontakt kan eksempelvis etableres med en løbeseddel, hvor folk inviteres til at deltage i et hjemmeprogram. Nævn ikke, at I har planer om at starte et fast ugentligt program. Ingen bryder sig om at love sig fast til noget, før de ved, hvad det hele drejer sig om. Løbesedlen skal kun være en invitation til det første møde. Hvis det er til indere, kan man kalde det en "Bhajan Satsang" med diskussion af *Bhagavad-gita*. I kulturer, der ikke kender til vedisk kultur, kan invitationen gives en anden ordlyd. En løbeseddel, der blev omdelt med god respons blandt naboerne, havde en ordlyd i retning af:

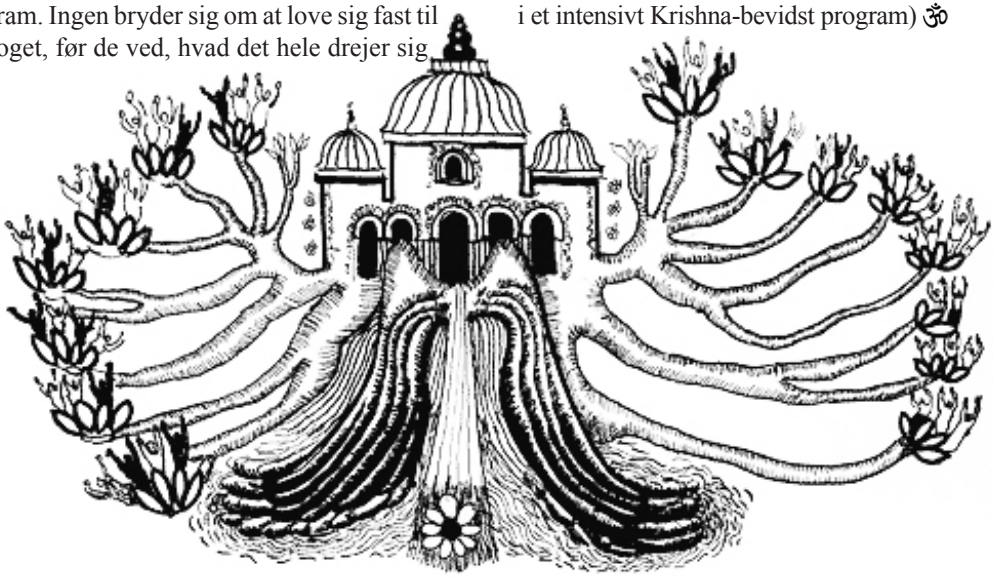
Overskrift: Universel kultur og fællesskab

Tekst: **I er hjerteligt velkomne til at møde op til en aften med sang og meditation fra Indien sammen med læsning fra gamle visdomsskrifter. Efter mødet er der gratis vegetarmiddag.**

Derudover skal der stå sted, dato og tidspunkt.

Det har den bedste virkning, hvis I er to til at gå rundt og invitere folk personligt. Det giver en langt bedre respons end blot at smide løbesedler i postkassen. Hvis selv to ud af femten inviterede mennesker herefter møder op, må det anses for at være en god respons.

(Fortsættes i næste nummer, hvor vi bl.a. skal høre, hvordan det første møde skal forløbe, og hvad der skal ske til de efterfølgende programmer for gradvist at bringe en gruppe mennesker til det punkt, hvor de er parate til at deltage fast hver uge i et intensivt Krishna-bevidst program) ॐ



Ny chance for at skrive om Bhagavatam

Til dette nummer af *Nyt fra Hare Krishna* havde vi bedt læserne om at skrive om deres yndlingshistorie i *Srimad-Bhagavatam*. Ved redaktionens slutning havde vi imidlertid ikke modtaget nogle indlæg, så vi har valgt at udsætte dette emne til næste måned. Eftersom deadline lå lige før Gaura Purnima, har det sikkert været medvirkende til, at mange fandt det svært at finde tid til at skrive, så her er en ny chance. Det er aldrig for sent at forherlige og recitere *Srimad-Bhagavatam!*

Hvis du ikke synes, du har en bestemt yndlingshistorie, så skriv alligevel. Jeg er sikker på, at vi alle kan huske nogle ord eller passager fra *Bhagavatam*, der har gjort et særligt indtryk på os. Ny deadline er den 15. april.

"Vi bør diskutere *Srimad-Bhagavatam* dagligt eller så meget som muligt, og så vil alt fremstå klart, for *Bhagavatam* er essensen af al vedisk literatur (*nigama-kalpa-taror galitam phalam* [SB 1.1.3]). Den blev skrevet af Vyasadeva (*maha-muni-krte*), da han var selvrealiseret. Så jo mere vi læser *Srimad-Bhagavatam*, desto klarere bliver dens viden. Hvert eneste vers er transcendentalt."

(*Srimad-Bhagavatam* 10.13.54, betydning)

nigama-kalpa-taror galitam phalam
suka-mukhad amrta-drava-samyutam
pibata bhagavatam rasam alayam
muhur aho rasika bhuvi bhavukah

"O kyndige og tankefulde mænd, nyd smagen af *Srimad-Bhagavatam*, den modne frugt på den vediske litteraturs ønsketræ. Den udstrømmede fra Sri Sukadeva Gosvamis læber. Derfor er denne frugt blevet endnu mere smagfuld, skønt dens nektariske saft allerede var velsmagende for alle, inklusive befriede sjæle." DDD. ॐ

Ordliste

acarya: mester, der lærer igennem sit eget eksempel
asrama: livsorden bestemt i forhold til ens stadie i livet. Tempel eller kloster. De hengivnes private område i et tempel. Tempelskole, hvor eleverne bor i skolen
bhajana: tilbedelse. (overf.) stillesiddende sang (af Hare Krishna)
bhakti: hengivenhed. Hengiven tjeneste
brahmana: en person fra den første af de fire samfundsklasser, den intellektuelle
chante, chantning: fordansket fra engelsk 'to chant', der betyder at synge eller recitere
Deitet: (fordanskning af 'Deity':) Guddom. Hellig statue af Krishna.
dharma: natur, pligt. Populært oversat som religion
ekadasi: den ellevte dag efter fuld- eller nymåne
Gaudiya-vaisnavisme: Caitanyas religiøse tradition
gopi: kohyrdepige. Krishnas mest fortrolige hengivne i Vrindavana
grhastha: en husholder eller gift menneske
harinama: Guds hellige navn, (overf.) optog med sang af Krishnas hellige navne (egentlig 'harinama-sankirtana')
japa: lavmælt fremsigelse af et mantra (ordret: mumlen).
japa-mala: kæde, man tæller på under japa
Kali-yuga: den nuværende tidsalder, den fjerde af de fire tidsaldre. Den mest faldne og materialistiske tidsalder.
karmakanda: den frugtstræbende handlings vej
kichari: sammenkogt ret med ris, dal-bønner, grøntsager og krydderier
kirtana: forherligelse, sang af Hare Krishna (overf.) kombineret med dans
maya: illusion, kraft, energi. Oftest: Krishnas illusoriske energi
nama-hatta: gruppe af hengivne, der mødes hjemme hos sig selv
prasadam: (overf.) mad, der er ofret til Krishna. Ordret betydning: barmhjertighed
Ratha-yatra: traditionel vognfestival, specielt kendt fra Jagannatha Puri
sadhu: en hellig mand
samadhi: bruges her i betydningen mindestempel for en stor person efter hans død
sankirtana: fællessang af Hare Krishna. Caitanya Mahaprabhus bevægelse kaldes også sankirtana-bevægelsen. sannyasa: den forsagende livsorden
sannyasi: munk i forsagelsens livsorden
sastra: de åbenbarede skrifter
vaisnava: en hengiven af Visnu eller Krishna. Refererer også til 'monoteist'.
yajna: offerhandling
yatra: 'tempel' i betydningen organisation, institution eller menighed. Også festival, samling.
yogi: en, der praktiserer yoga, at forbinde sig med den Højeste

Herren Ramacandras ansigt

Ved
Dandaniti
Devi Dasi

Her er en tegning af Herren Ramacandras ansigt, hvor den ene halvdel mangler. Nu kan du øve dig i at tegne den anden halvdel af Herrens ansigt. Prøv at få den til at ligne så meget som muligt.

Når du er færdig med at tegne, kan du farvelægge Hans ansigt. Det siges, at Herren Ramacandra har samme hudfarve som en papegøje. Han er altså grøn.

Imens kan du du tænke på eller få din far eller mor til at fortælle historier om Herren Rama, Hans hustru Sita, Hans brødre Laksman, Bharata og Satrughna, dæmonen Ravana, aben Hanuman og alle Herrens andre hengivne. ॐ

Det Krishna-bevidste køkken

Transcendental madlavning og kogekunst

Ved Dandaniti Devi Dasi

Indiske salater
Papaya-gulerodssalat med jordnødde-tomat-dressing

Ingredienser

1 agurk/1 grøn papaya
½ kg gulerødder
10 cherrytomater (kan udelades)

Dressing:

1 dl rå jordnødder
1 tomat, hakket
1 grøn chili, finthakket
1½ tsk. friskrevet ingefær
2 spsk. friskhakket koriander
2 spsk. citronsaft
2 spsk. olivenolie
½ tsk. salt

I mange år troede jeg at *raita*, i særdeleshed agurke-*raita*, var noget nær det eneste Indien havde at byde på inden for salater. Efterhånden har jeg dog opdaget, at det indiske køkken byder på mange spændende salater.

Udover *raitaer* som er yoghurtsalater, findes *kachamber*, små salater, der ofte tilberedes af få ingredienser med en let oliedressing og (tit krydret med) en chaunce af sorte sennepsfrø. I Yamuna Devis kogebog Lord Krishnas Cuisine er der flere eksempler på sådanne lækre *kachamber'er,*, og der findes også et par opskrifter på små salater som Srila Prabhupada lærte til Yamuna og Visakha Devi. "Små salater" betyder, at de serveres i små mængder som tilbehør til et større måltid, og nogle af dem er så stærke, at de nærmest fungerer som en slags chutney!

I Bengalen er der tilsyneladende ikke den store tradition for salater. Ikke desto mindre beskrives det i *Caitanya-Caritamrta,* at Advaita Acarya serverede en salat af spinat med stykker af ingefær til Herren Caitanya (*Madhya-lila* 3.46).

Fra Sri Radhe Matajis hånd har jeg lært følgende salat, der oprindelig laves af grøn papaya og gulerødder med en lækker jordnødde-tomat-dressing. Hvis man ikke kan få fat på grøn papaya, kan en agurk gøre det ud for papaya-delen.

Fremgangsmåde:

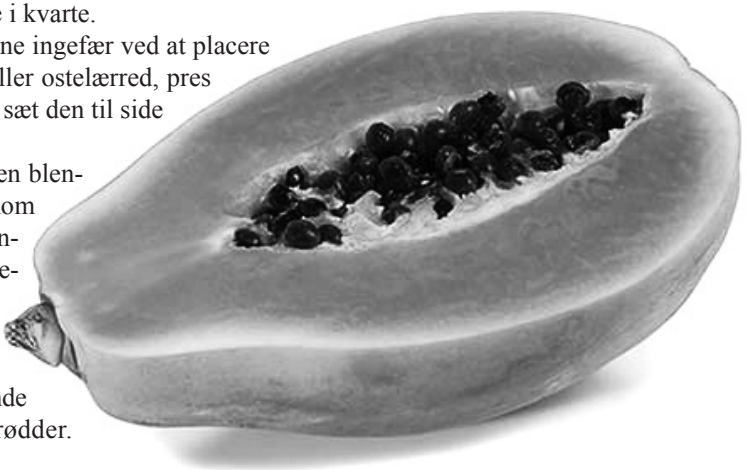
1. Rist jordnødderne på en pande over middel varme under jævnlig omrøring (eller i ovnen i 10-15 minutter ved 180 grader).

2. Riv agurken på et råkostjern og lad den afdryppe i en si. Riv gulerødderne og kom dem i en skål. Skær cherrytomaterne i kvarte.

3. Pres saften fra den revne ingefær ved at placere ingefæren i et rent klæde eller ostelærred, pres saften ned i en lille skål og sæt den til side til senere.

4. Blend jordnødderne i en blender eller foodprocessor. Kom resten af ingredienserne inklusive ingefæren plus ingefærsaften i og blend til det hele er blandet til en jævn dressing.

5. Saml salaten ved at blande agurker, tomater og gulerødder. Rør dressingen i. ॐ



Gaura-Nitais ønskeliste for april

En stor tak til alle, der deltog i den flotte Gaura Purnima-festival i templet i Vanløse den 19. marts. Nalini, Sunita og Edith Mataji havde lavet smukke blomsterkranse til Sri-Sri Gaura-Nitai, der i dagens anledning strålede i et nyt sæt tøj, der var syet i Vrindavana. Ranganamanika Devi Dasi havde dekoreret alteret og Prabhupadas *vyasasana* med overdådige blomsterdekorationer. Madhavasraya, Cakra-Tirtha og Gaura-Bhavana Prabhu ledte *abhisekaen* af de små Deiteter. I køkkenet havde hengivne som Caitanya-candra, Amogha-drk, Bhakta Oskar, Lalitanatha og Rati Vistara Prabhu (for blot at nævne nogle få) travlt dagen igennem med at tilberede festmad til Deiteterne. Tak til alle jer, der deltog i festivalen, og tak for alle de smukke gaver til Sri-Sri Gaura-Nitai!

alter

økologisk flydende honning
ren ghee, gerne økologisk
safran
donation til blomsterkranse: 208 kr. pr uge

køkken:

forklæder af bomuld
A4-plasticlommer
A4-ringbind
spande til rengøring
rengøringsklude

bhoga (økologisk så vidt muligt):

økologisk sødmælk
økologisk tykmælk/yoghurt
økologisk smør
ghee
rørsukker
gur / jaggery
honning
diverse nødder, frø og kerner
usaltede pistacienødder
kokosmel
mælkepulver
tørret frugt
frisk økologisk frugt og grønt
økologisk olivenolie
økologisk rapsolie

seva / tjenester:

rengøring af tempelrum efter søndagsfest
medhjælpere i køkkenet søndag kl. 12-15
fotokopiering/skanning af opskrifter*
papirskærearbejde med opskrifter*

donationer

kontante donationer til nyt alter
prasadam til søndagsfest: 1508 kr.

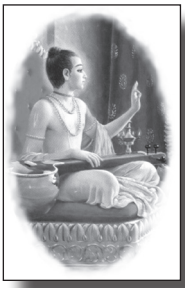
Kontante donationer kan indsættes på giro (Danske Bank): 6170277 eller bankkonto (Nordea) 2128-6881118945,
IBAN: DK5120006881118945, SWIFT: NDEADKKK

* Kontakt Dandaniti Devi Dasi på e-mail dandaniti@krishna.dk eller tlf. 5927 1930. ॐ

Mahaseva-dag den 16. april

Lørdag den 16. april er sat af til en forårsrengøring af alter- og *pujari*-afdelingen samt Sri-Sri Gaura-Nitais køkken. Alle, der har lyst til at deltage, bedes på forhånd tilmelde sig hos Madhavasraya Prabhu på tlf. 2219 0774. Det plejer at være en hyggelig dag med masser af *sadhu-sanga* (samvær med hengivne), hårdt arbejde der renser hjertet, og liflig *prasadam* til at lade op på.

”Jo mere du holder Deitetens rum og udstyr rent, des mere bliver dit hjerte renset fra snavsede ting.”
(Srila Prabhupada i brev til Hamsaduta den 22. juni 1970)



De to hunde

En gammel mand skulle lære sit barnebarn om livet:

”Der bor to hunde inde i mig,” sagde han til drengen. ”og de slås hele tiden. Det er en frygtelig kamp. Den ene hund er ond. Han er vred, misundelig, beklager sig hele tiden og er begærlig og arrogant. Han er fuld af selvmedlidenhed, ligegyldig med andre, fuld af løgn og falsk stolthed og er indbildsk og hidsig.

Den anden hund er god. Han er glad, fredfyldt, kærlig og ærlig. Han er fuld af håb, visdom, medfølelse med andre, gavmild, venlig, ydmyg og tillidsfuld.”

Drengen lyttede med store øjne, men sagde ikke noget. Bedstefaderen fortsatte: ”De samme to hunde slås også inden i dig og inden i alle andre.”

Drengen tænkte over det et par minutter, så spurgte han sin bedstefar: ”Hvilken hund vil vinde?”

Den gamle mand svarede: ”Den, du fodrer.” ॐ

April 2011

Fredag	**8.4**	**Sri Ramanujacaryas fremkomst**
Tirsdag	**12.4**	**Rama Navami: Herren Sri Ramacandras fremkomst (faste til middag)**
Torsdag	**14.4**	**Ekadasi (faste fra korn og bønner for Kamada Ekadasi)**
Fredag	**15.4**	**Bryd fasten imellem 6:06–10:49 Tulasi Jala Dan begynder**
Mandag	**18.4**	**Sri Balarama Rasayatra**
		Sri Krishna Vasanta Rasa
		Sri Vamsivadana Thakuras fremkomst
		Sri Syamananda Prabhus fremkomst
Søndag	**24.4**	**Sri Abhirama Thakuras bortgang**
Onsdag	**27.4**	**Srila Vrindavana Dasa Thakuras bortgang**
Torsdag	**28.4**	**Ekadasi (faste fra korn og bønner for Varuthini Ekadasi)**
Fredag	**29.4**	**Bryd fasten imellem 6:27–10:36**
Tirsdag	**3.5**	**Sri Gadadhara Panditas fremkomst**

Alle henvendelser til:

Nyt fra Hare Krishna

Holsteinborgvej 20, 1th, 2720 Vanløse, Tlf.: 5927 1930

Girokonto 1-688-3204, E-mail: lalitanatha@krishna.dk